

## 少量のアルコール摂取の健康への影響

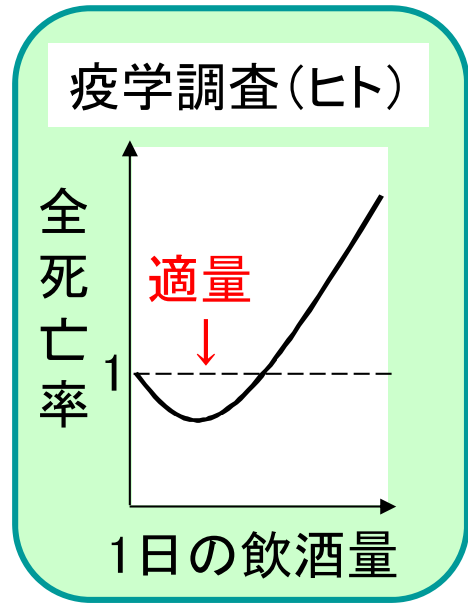
多量のアルコール摂取は肝障害やがん、脳疾患など様々な疾病の危険因子となります。一方で80年代から、先進国での疫学的調査により、適量のアルコールの摂取が心臓病や糖尿病等の一部の疾患に対しては、むしろ予防的に作用することが示唆され、これによりアルコール摂取のJ-カーブ効果が提唱されています。

しかし、これまでに実験動物を用いて、少量のアルコールの摂取による健康への影響を調べた研究はほとんどありませんでした。今回、マウスなどを用いた実験で、少量のアルコールを摂取させた場合、非摂取やより多量摂取した場合と比べて、老化抑制や肝機能の改善などが見られることを示しました。この結果は、アルコール摂取のJ-カーブ効果を実験的に裏付け、少量アルコール摂取が健康へ好ましい影響を与えることを動物実験により初めて実証したものです。

なお、本研究は、広大・加藤範久教授、ビール酒造組合との共同研究として実施されました。

# 少量のアルコール摂取の健康への影響

アルコールのJ-カーブ効果を動物実験で初めて実証



適量で全死亡率が低い!



アルコールの直接的影響?

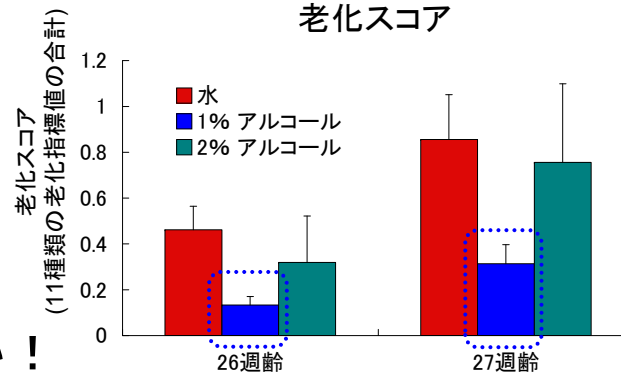
1%アルコール摂取

毎日ビール250-500 ml程度(ヒトに換算)



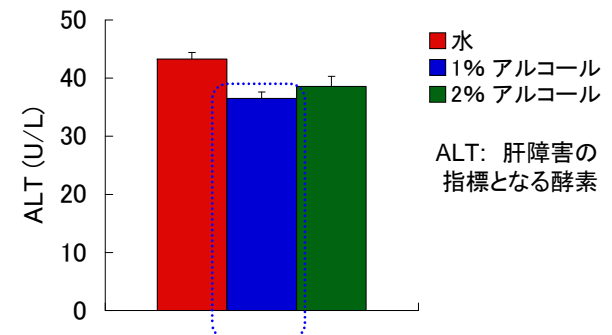
老化マウス  
高脂肪食摂取ラット

老化スコア



老化マウス

肝機能



高脂肪食摂取ラット

アルコール摂取のJ-カーブ効果を確認

老化抑制、肝機能改善など